

ABSTRAK

Latar Belakang: Dismenorea adalah nyeri saat menstruasi yang biasanya ditandai dengan rasa kram dan terpusat pada abdomen bawah. Dismenorea dibedakan menjadi 2 jenis, yaitu dismenorea primer dan dismenorea sekunder. Dismenorea primer yaitu nyeri haid tanpa ditemukan keadaan patologis pada panggul. Menurut penelitian yang dilakukan Mahmudiono pada tahun 2011, angka kejadian dismenorea primer pada remaja putri yang berusia 14-19 tahun di Indonesia sekitar 54,89%. Dismenorea pada remaja putri dapat disebabkan salah satunya yaitu kurangnya olahraga. **Metode:** Penelitian ini dilakukan menggunakan kuesioner penilaian nyeri atau *Numeric Rating Scale* (NRS) yang dikembangkan oleh Breivik *et al* pada tahun 2008 dan kuesioner olahraga dari Badan Pusat Statistik (BPS) yang kemudian diteliti dengan menggunakan desain analitik observasional dengan menelaah hubungan antara riwayat tingkat olahraga dengan tingkat dismenorea primer dengan rancangan *cross sectional*. Total sampel adalah 166 siswi kelas 10 di SMAN 19 Surabaya yang memenuhi kriteria inklusi. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan *Spearman Rank* dengan nilai signifikansi $\alpha < 0,05$. Apabila nilai $p < 0,05$ maka terdapat hubungan pada dua variabel yang diteliti. **Hasil:** Hasil penelitian ini yaitu 78 siswi (90,7%) yang melakukan olahraga dengan baik mengalami dismenorea primer ringan. Analisis rank spearman didapatkan $p\text{ value} = 0,001$ ($p < 0,05$) dengan (*Coefisien kontingensi* = -0,299) yang berarti terdapat hubungan yang cukup antara antara riwayat tingkat olahraga dengan tingkat dismenorea primer pada siswi kelas 10 di SMAN 19 Surabaya. **Kesimpulan:** Riwayat tingkat olahraga akan mempengaruhi terjadinya kejadian dismenorea pada seorang remaja putri. **Kata kunci :** remaja putri, dismenorea primer, olahraga